



אמא

החברות והבעל - מה הוא מבין בפטמות סדוקות. מאות נשים משתתפות בפרויקט שבו אם ותיקה חונכת בהתנדבות אם טרייה. הצצה לארבעה שידוכים מוצלחים

החברות עסוקות, העצות של החמות מעיקות והבעל - מה הוא מבין בפטמות סדוקות. מאות נשים משתתפות בפרויקט שבו אם ותיקה חונכת בהתנדבות אם טרייה. הצצה לארבעה שידוכים מוצלחים

סמדר שיר

"כשנולד תינוק חדש הוא במרכז, כולם מתעניינים בו ודואגים לו", אומרת רפנה נוימן, "אבל מה עם אמא שלו, שנדחקה לצד? למה היא חושבת שאסור לה לבכות, ומת' ביישת להורות שהיא אבודה?". מתוך מחשבה על אמהות טריות ומבולבלות הקימה נוימן לפני שבע שנים את "אם לאם בקהילה" (www.emlem.org.il), פרויקט שבו אם ותיקה חונכת בהתנדבות אם חדשה פעם בשבוע בשעות קבועות במשך שנה. המתנדבות עוברות הכשרה מתאימה, ורכוזות המתנדבות לומדות במכללת אורנים בתוכנית משתתפות מאות אמהות, בעיקר מצפון הארץ, ובנובמבר תתחיל פעילות בסניף החדש, גבעתיים-רמת גן. "כל מועצה או עירייה ששומעת על הפרויקט מגיבה בהתלהבות ומכריזה שהוא נהדר, אבל תקציב זה סיפור אחר" אומרת נוימן. "קשה לתקצב אותו כי מדובר באמהות נורמטיביות, שהיא כני כול מוכנת מאליה". לפי התכנון שלה, האמהות שמסתייעות במתנדבות ייהפ' כן עם הזמן למתנדבות שילוו את דור האמהות הבא.

קורס מסאז'

מספרת דגנית, "וכשגמרתי לעבוד בבית התינוקות השארתי לעצמי דוברכן - ללוות את האמהות הטריות שחוזרות מבית החולים ולא יודעות להיניק ולרחוץ. ראיתי כל כך הרבה נשים שפחדות בהת' חלה, וגם ראיתי שעם קצת עזרה הן מקבלות ביטחון שמשפיע על הקשר שלהן עם התינוק. רפאלה ואני נפגשנו כשהיא הייתה בסוף ההיריון, וכשהיא אמרה 'אני לא יודעת אם אחרי הלידה אוכל לארח אותך', עניתי לה שאני לא באה כאורחת אלא כחברה. כמעט כל יולדת זקוקה למלווה שתקבל אותה כמו שהיא, בלי שום שיפוטיים, ושלא תתנהג כמו השכ' נה שבחושט ומרכלת. יכול להיות שאילו אמא של רפאלה היתה בחיים לא היה לה צורך בי, אם כי יש הרבה בחורות שלא מוכנות לקבל את אמא בתור יועצת".

בקרוב תיכנס מעיין לפעוטון, רפאלה תסיים קורס מטפלות בעפולה, תחזור לעבוד ואז ייגמרו המפגשים הקבועים. "אבל נהיה בקשר", מבטיחה דגנית, "אולי נצא בערב, פעם בשבוע, רק שתינו".

דגנית מן (61) מקיבוץ מרחביה, אם לחמישה וסב' תא לחמישה, מלווה את רפאלה לופס'רבוכי (30) מקיבוץ תל יוסף, אמא של יובל (4) ומעיין (7 חוד' שים).

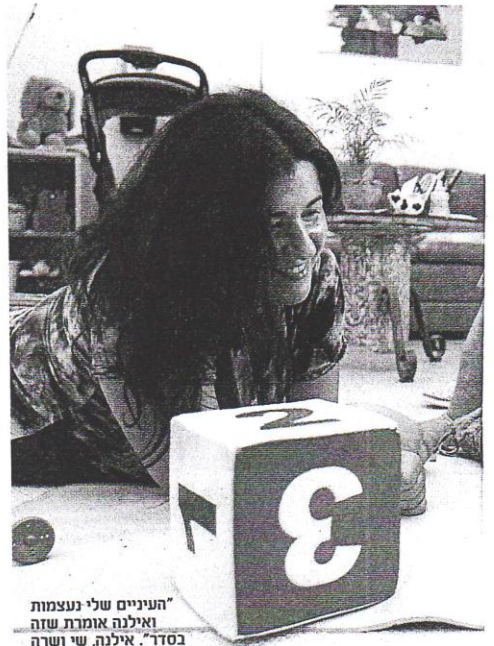
"אני מארגנטינה", מספרת רפאלה. "לפני שש שנים עליתי לארץ עם בעלי סבטיאן, המשפחות שלנו נשארו שם ואמא שלי נפטרה. בלידה הראשונה היה לי קשה מאוד, אז בהיריון השני פניתי לאחות של הקיבוץ ושאלתי אם אפשר לקבל עזרה. האחות המליצה לי על 'אם לאם' ששלחה את דגנית. היא כמו אמא בשבילי. אני יכולה לדבר איתה על כל מיני דברים, לשאול מתי אפשר להתחיל להאכיל את מעיין באוכל מוצק או להתייעץ על טיפול השיניים של יובל. היא אפילו לימדה אותי לעשות מסאז'ים לילדה. כשהיא תגדל אסביר לה שדגנית היא במקום סבתא. דגנית תמיד אומרת שאני יכולה לצלצל אליה בכל שעה, אבל לא נעים לי להפריע לה, אז אני מחכה לפגישה השבועית".

"כל חיי עסקתי בחינוך בקיבוץ, לכל הגילאים",



צילום: ערן יופי כהן
לא אורחת אלא חברה. דגנית, מעיין ורפאלה

שאלות במחברת



"העיניים שלי נעצמות ואילנה אומרת שזה בסדר". אילנה, שי ושרה צילום: ערן יופי כהן

בהתחלה אילנה לא ידעה מה בדיוק היא אמורה לעשות בפגישות. "אז פשוט נתתי לרברים לזרום. שאלתי את שרה 'את רוצה שאעזור לך לבשל? לנקות? שאחזיק את שי כדי שתשכבי לישון?' הסברתי לה שהג עתי כדי לעשות כל מה שיכול לעשות לה טוב. בקורס התבקשנו לשמור על מסגרת של שעותיים בשבוע ולא לחרוג ממנה, כדי שלא תיווצר תלות מוגזמת. לכן הסברתי לשרה שבכל פעם שמתעוררת אצלנה שאלה כדאי שתכתוב אותה במחברת."

"רציתי משהו בגיל של אמא שלי, כי חברות בנות גילי יש לי", מספרת שרה. "יש לי אמא, ברוך השם, אבל היא עובדת והיא עייפה. אילנה נכנסה לחיים שלי כמו אור. אני יכולה לדבר איתה וגם לשתוק איתה ולפג עמים, אחרי יום קשה, העיניים שלי נעצמות ואילנה אומרת שזה בסדר, שזה מותר. אבל נראה לי שבקורס כמה שנים, אחרי הלידה השנייה, כבר לא אצטרך מלווה."

"כששי היה בן שנה ניפרד ואני אעבור הלאה, לאמא חדשה", מסכמת אילנה. "קשה לי לחשוב על זה. התמונה של שי בארנק שלי, עם התמונה של שניא, הנסד הראי שון שלי. אבל בשביל שניא תמיד אהיה סבתא ובשביל שי אני דודה, שאולי הוא יזכור ואולי הוא ישבח".

אילנה אורמן (57) מוהישוב הקהילתי תמרת, אם לשלושה וסבתא לנכד, מלווה את שרה בין (33) מקי" ברוך גבת, אמא של שי (9 חודשים).

"אומנם אני כבר סבתא, אבל אף פעם לא אשכח באיזה אאוט הייתי אחרי הלידה", אומרת אילנה. "לא הבנתי מה נפל עלי". אחרי 25 שנות עבודה במס הכנסה היא יצאה לפנסיה, ומאו עוסקת ברמיון מורדך ותקשר רות בין אישית. "לפני שנה וחצי, כששמעתי על האפש" רות להתנדב בעזרה לאמהות טרויות, הרגשתי שזאת ההזדמנות שלי לחזור לעולם התינוקות", היא מספרת. "גם כי תיארחי לעצמי שבשלב כלשהו איהפך לסבתא, ובעיקר מפני שזכרתי כמה קשה ליולדת כשהורמונים משתלשלים, יש מצבי רוח והתקנה לא זורמת. פגשתי הרבה זוגות צעירים שמצטיידים בספרי הורכה, אבל בהריון לא בא להם לקרוא, הם חושבים שעוד מוקדם, ואחרי הלידה כבר אין להם זמן".

שרה לא מתביישת להודות שהייתה אבודה עד שהאחות של טיפת חלב תיווכה בינה לבין אילנה. "אני עובדת בקיבוץ כמטפלת", היא אומרת, "אבל בפעם הראשונה שאת נהפכת לאמא זה משהו אחר. הייתי עצובה וכל הזמן רציתי לבכות. כעסתי על עצמי נורא. אך זה שאני לא שמחה? הרי נולד לי תינוק נפלא".

סיפור לפני השניה

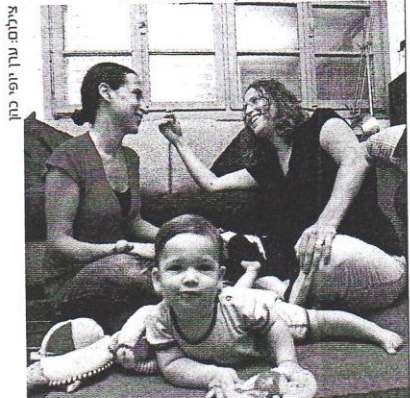
נורית ברוש (33) ממושב אלוני אבא, אם לשתי בנות והשלישית בדרך, מלווה את נועה דיקר (29) מכפר ברוך, גרפיאית, אמא של יובל (שנתיים והצי) ואורן (8 חודשים).

"הנכוד שלי נולד פג ולא היה לי קל", מספרת נועה. "בפגנייה לימדו אותי לקלה ולהביש, אבל לא היה לי עם מי לשתות קפה ולדבר על מה שלא קשור בעניינים רפואיים. רציתי שהפעם השנייה תהיה יותר קלה. כשהייתי בהריון ניגשה אליי מתנדבת כפרייקט ושאלה אם אני מעוניינת בעזרה. אפילו לא הייתי צריכה לחשוב על התשובה. אמא שלי גרה לא רחוק ממני אבל היא לא נירדה, וכל החברות שלי בעבודה. רציתי משהו יותר צעירה מאמא שלי ויותר מנוסה ממני, וקיוויתי שישלחו לי מישהי שידעת להקשיב. לא כמו חברה, שאת מספרת לה על הכאבים שלך והיא ישר מתחילה לטפר לך על הכאבים שלה. עצות של אישה וזה גם יותר טובות מעצות של אמא, כשא" מא שלשה מתחילה לדבר אני תמיד אומרת לה 'מספיק'".

בתחילה התקיימו הפגישות בכוכר. התינוק בן החו"ד שכל אז מגוים נורית המליצה על תנחות שמק לות את הכאבים. עם הזמן הצרכים השתנו והפגישות עברו לערב. נורית עוזרת לנועה באמבטיחות, ומקריאה ליובל סיפור לפני השניה. "תמיד נשאר לנו זמן לכיף", אומרת נורית. "התחברנו כי יש בינינו הפרש של ארבע שנים בסך הכל, והקשר הזה מאפשר לי לא רק לתת אלא גם לקבל. אני נהנית להיות פוסקה, פעם בשבוע, עם ילדים שהם לא שלי. נעים לדעת שאני יכולה לעזור".

בימים אלה משפחת ברוש מתכוננת למעבר מאלו"ני אבא לגבעת חיים, שם תלך נורית את בתה השלי"ית. "גם אני רוצה לקבל מתגברת", היא אומרת, "מישהי שתיתן לי מה שנתינו לאהרת, ותחלוק איתי את הרגעים הקצת בוררים".

נשאר זמן לכיף. מימין: נורית, יובל ונועה



צילום: ערן יופי כהן

מחבת ומקשיבה. רות, היראל, יוחנת ונורית צילום: דורון גולן



פחד מאישה זרה

אישה שאני לא מכירה, אבל כשרות הגיעה אליי, כשהייתי בחודש שביעי, היא מיד נכנסה למשפחה. כשאמא שלי באה לביקור, לקראת הלידה, רות אפילו לקחה אותה למספרה וטיילה איתה בסביבה".

"העובדה שנפגשנו לפני הלידה עשתה לנו טוב", מספרת רות. "היו לנו חודשיים להעמיק את ההיכרות, וכשהתינוקות הגיעו לעולם כבר היינו בקשר יציב. לפני הלידה הייתי נטו בשביל נורית. גם אחרי הלידה, כשכולם מתעניינים בעיקר בתאומים, אני פה בראש ובראשונה בשבילה".

הטיפול בתאומים מתפרש על פני כל שעות היממה. "לפעמים אני רוצה שרות תבוא כשהם ישנים כדי שנוכל לדבר כמו פעם, אבל לכל אחד מהם יש סדר יום עצמאי", אומרת נורית. "כששניהם רעבים בבת אחת או כוכים בבת אחת, אני אפילו לא יכולה ללכת לשיירותים, אין לי רקה לנשימה. כראי שתמיד יהיה איתי משהו בבית, אבל רות היא לא רק עוד זוג ידיים. אני מקבלת הזמן מהקטן הנפשי שלה".

רות מקווה שהקשר יימשך גם בעתיד. "אני לא אוכל להתנתק משני הפרצופים החמודים האלה רק כי ההתגברות הסתיימה", היא אומרת. "גם הבת הגדולה שלי, בת 26, מבסוטה. היא אומרת לי 'עכשיו יש לך קטנטנים, אז אל תלחצי עליי לעשות לך כבוד'".

רות טרבטמן (47) מכרמיאל, אם לארבעה העוסקת בשיווק ומכירות, מלווה את נורית סלמון-פורסטני (29) מכרמיאל, בעלת תואר במנהל עסקים, אם להיראל וליוחנת, תאומים בני חודשיים.

"לפני 14 שנה, בחודש התשיעי להריוני השלישי, עברתי מקיבוץ אפק לכרמיאל ולא הכרתי נפש חיה", מספרת רות. "גם כשלא הייתי לבד הרגשתי לבד ועב" רתי סוג קל של דיכאון אחרי לידה. רק כשהחזרתי לעבודה התחלתי להכיר חברות. אפילו במקרים שבהם לאמא הטרויה יש חברות ומשפחה כראי לה להיעזר במישהי כמוני, דמות נייטרלית, שלא שופטת ולא מבקרת, רק מחבקת ומקשיבה".

זה מה שהיא עושה עם נורית, שעלתה מארגנטינה עם בעלה לפני עשר שנים. "המשפחות שלנו נשארו שם", היא מספרת, "וכשעלינו לא השבתי שתהיה לי בעיה. אני יודעת מה זה לטפל בתינוק כי כשהייתי בת 9 נולדה לי אחות וטיפלתי בה. אבל כשגיליתי שיש לי תאומים חטפתי שוק. איך אסתדר עם שניים בבת אחת?"

נורית פנתה לעוברת הסוציאלי בעירייה, וכששמעה ממנה על התוכנית נרתעה בהתחלה. "עוד לא התרגלתי למנטליות הישראלית של שלושה טורונטים ששוכרים ביוחד ירידה", היא מודה. "פחחתי להכניס לירדה שלי